

# Newsletter

株式会社持丸食品  
東京都大田区仲池上 2-27-3  
TEL:03-3755-3101  
FAX:03-3755-3105

※お見積りは、弊社担当者へ  
直接お問い合わせください。

青々と、滋味深き.....

## 博多な花 かき菜 おいしい菜 (福岡)

菜の花の美味しい葉の部分にスポットライトを当てて、品種改良した野菜です。緑黄色野菜の豊富な栄養とシャキシャキとした癖のない風味を味わえるのがこの「おいしい菜」なのです。あく抜きする必要もないので下ゆで不要で気軽に使える健康野菜。冬の野菜なので糖度が高く、特にこれからの寒い季節に収穫されるものはどんどん甘みがのってきます。



## 浜防風 (茨城)

独特の香りが春の余韻を残し、ツマとして使われる「防風」とは違って主に食用として栽培されたものです。ハーブのような使い方ができ、和食だけではなく洋食においても、その特性を生かしたレシピが生まれているようです。

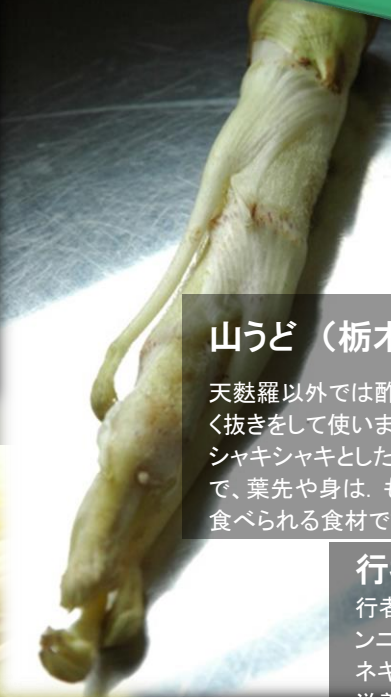


## 明日葉(東京諸島)

あしたばは、セリ科シシウド属の植物、栄養価も高い健康野菜です。香りがあり独特の風味があります。天麩羅やフライ、それにおひたしなど様々にお使いいただけます。

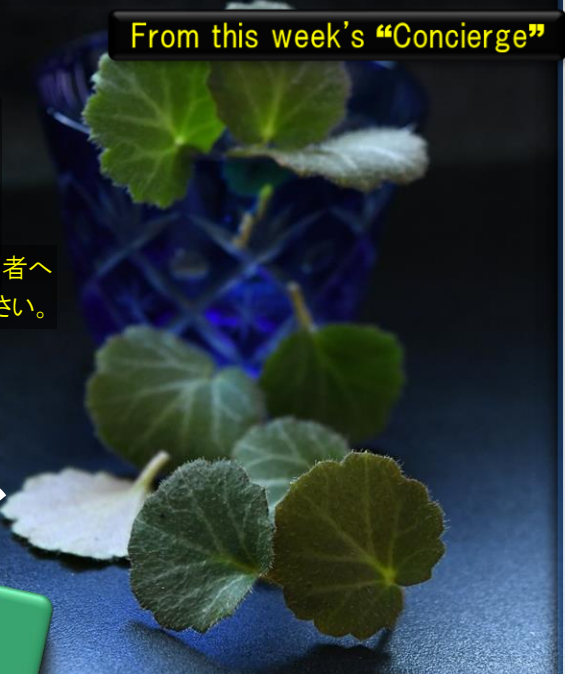
## 山うど (栃木)

天麩羅以外では酢水にはなしてあく抜きをして使います。香りが高く、シャキシャキとした歯ごたえが特徴で、葉先や身は、もちろん、皮まで食べられる食材です。



## ユキノシタ (徳島・上勝 福島・逢瀬)

日本では昔から天麩羅、和え物や酢のもの、炒め物汁の実、おひたしにと、サツと火を通して、様々に使われている野草です。味に癖がなく、それはまるで山菜にも似た雰囲気を感じる食材で、日本料理で薄く衣をつけて揚げられた美しい姿でも知られております。写真の上勝(徳島県)から届くものは小さな可愛らしい「ユキノシタ」です。



## 行者にんにく(山形)

行者ニンニクはタマネギやニンニク、ニラなどと同じユリ科ネギ属の多年草です。昔から滋養があり、ニンニクの香りが食欲を誘うということで重宝がられていた山の恵みでもあります。



## おかひじき(千葉)

オカヒジキは同じヒユ科でイタリアの高級野菜、アグレッティと、見た目も味わいもほとんど同じ。ジャンルを問わず様々なレシピで使われています。イタリアやフランスでは春を告げる野菜でもあります。さつとゆでて美しい緑色をお楽しみください。

